



# **Regolamento della Competizione Karate Tradizionale**

## **CAPITOLO 1: GLOSSARIO**

**L'ospitante il Torneo:** L'organizzatore del torneo.

**Responsabili di Area di Gara:** Giudici esperti che hanno il compito di gestire ed istruire i Giudici di Gara su una determinata Area di Gara.

**Giudici:** Presidente di Giuria, Arbitrators, Arbitri e Giudici d'Angolo.

**Arbitri di Gara:** Arbitrator, Arbitro e Giudice d'Angolo designati per un Area di Gara.

**Giuria:** Arbitro e Giudici d'Angolo designati per giudicare una Gara.

**Zanshin:** Lo stato di rilassata consapevolezza.

**Shitei Kata:** Kata Obbligatorie (scelta fatta dall'arbitro) da un lista impostata.

**Sai Shiai:** Incontro supplementare (nuovo); senza attribuzione(riportati) di punti o penalità

**Comitato della Competizione:(dove necessario)** composto da:

Direttore di Gara Federale ed il Giudice Capo del Torneo. Il mandato di questo comitato è quello di prendere, in caso di urgenza, le necessarie decisioni in problematiche della gara non coperte da queste Regole di Gara.

## **CAPITOLO 2: INTRODUZIONE.**

### **§ 1: QUESTIONI GENERALI SULLE REGOLE DELLA COMPETIZIONE.**

#### **Art. 2.1: OBIETTIVO**

- Sviluppare il karate tradizionale Shotokan attraverso la promozione e la collaborazione tra i suoi associati per diventare un punto di riferimento.
- Mantenere e sviluppare gli standard del Karate Tradizionale Shotokan

#### **Art. 2.2: SCOPO DELLE REGOLE DI GARA.**

Questo Regolamento è istituito al fine di:

- rispettare e realizzare l'obiettivo come esposto precedentemente
- garantire equità e coerenza dei metodi per giudicare le gare di karate;
- definire e sostenere l'autorità degli Ufficiali di Gara;
- proteggere l'integrità fisica ed il benessere degli Atleti.

Il presente Regolamento si applica a tutti gli incontri organizzati dalla FIK

#### **Art. 2.3: STANDARD DI GARA**

##### **1. Norme generali**

La FIK promuove il Karate Tradizionale Shotokan e le seguenti norme sono essenziali nelle gare:

- **Atteggiamento**, applicando il principio di Ippon e rispettandone valore e valori (**Dojo Kun**).
- **L'applicazione di Kime**, come dimostrazione e la capacità di trasferire una quantità massima di energia ( uso del corpo, potenza, accelerazione) ad un obiettivo nel corso di una contrazione totale del corpo stesso in modo totalmente controllato.
- **L'applicazione di Zanshin**, avendo la consapevolezza prima, durante e dopo l'esecuzione di una tecnica.

##### **°2. Norme per Kumite**

- Gli atleti devono rispettare l'integrità fisica e mentale dei loro avversari.
- Atti e tecniche saranno sotto il controllo totale del concorrente.

##### **°3. Norme per Kata**

Le prestazioni di un Kata devono dimostrare chiaramente la sua natura, vale a dire l'esecuzione di sequenze di combattimento immaginario.

#### **Art. 2.4: MODIFICA O ABOLIZIONE DELLE REGOLE DI GARA.**

La modifica o l'abolizione di queste norme di gara, in tutto o in parte, sono soggette alla approvazione dei membri della Commissione Nazionale Ufficiali di Gara

**Art. 2.5: Altre problematiche.**

- Nel caso di una situazione non prevista nel presente Regolamento, o nel caso ci sia un dubbio circa l'applicabilità di queste regole per una data situazione, il Comitato Giudici si consultino tra di loro per trovare una soluzione.
- Tutti i funzionari saranno informati di queste decisioni e sarà fatto un pubblico avviso.

**§ 2: COMPORTAMENTO**

**Art. 2.6: COMPORTAMENTO DI TUTTE LE PERSONE COINVOLTE NELLE GARE FEDERALI**

Il comportamento di tutti coloro che sono coinvolti nelle Gare FIK, siano essi atleti, allenatori, dirigenti, Giudici o altri funzionari, devono essere conformi con i valori del Dojo Kun Karate-Do, che sono: Buon Carattere, Integrità Morale, Cortesia ed Autocontrollo. Qualsiasi comportamento indisciplinato o comportamento tale da provocare discredito al karate da parte di persone ad esso legate ovvero gli allenatori, i dirigenti, i membri della delegazione, i sostenitori, e così via, può causare la squalifica del concorrente e/o della squadra.

**CAPITOLO 3: LE REGOLE GENERALI DI GIUDIZIO**

**Art. 3.1: GIUDIZIO DI UNA GARA.**

1. Il giudizio di una gara sarà fatto da una giuria.
2. I Giudici devono giudicare le gare in accordo con le regole Federali
3. La loro autorità non funziona senza queste regole.
4. Le decisioni dei Giudici sono assolute.

**Art. 3.2: GIUDICI.**

1. Per giudicare le gare e le competizioni FIK, saranno selezionati i seguenti funzionari:
  - Un Capo Arbitri (opzionale)
  - Arbitri
  - Giudici d'Angolo
  - Direttore Area di Gara (opzionale).
2. Arbitri, Giudici d'Angolo per ogni area di gara sono nominati dal Capo Arbitri, prima o al momento della gara.

La composizione di un gruppo di Giudici non può essere modificata a discrezione di un solo Giudice.

**Art. 3.3: Doveri dei Giudici.**

1. I Giudici devono essere obiettivi e sinceri.
2. I Giudici devono comportarsi con imparzialità e in modo equo.
3. I Giudici devono comportarsi con dignità e di padronanza di sé.
4. Tutti i Giudici devono tenere a mente queste proprietà, e che la mancanza di essa, del loro atteggiamento e comportamento, prese in relazione allo svolgimento della gara e il relativo giudizio, hanno una grande influenza sull'interesse e il successo di una gara e un forte influsso sulla reputazione e la stima del pubblico del Karate-Do.

L'atteggiamento e la gestualità dei Giudici presi durante la gara devono quindi essere, tempestive, agili, precise.

5. L'Arbitro e i Giudici d'Angolo devono concentrare la loro attenzione sulla gara, osservare ogni concorrente in modo accurato e giudicare ogni azione dei concorrenti correttamente.
6. Durante la gara, i Giudici d'Angolo e l'Arbitro non devono dialogare con nessun'altro che al di fuori dell'Arbitro, i Giudici ed i concorrenti.

#### **Art. 3.4: Poteri e doveri del Capo Arbitri.**

- ha la responsabilità generale per tutte le questioni relative al giudizio di una gara;
- sarà responsabile della supervisione che le gare si svolgano secondo il regolamento Federale

### **REGOLE DI GARA**

#### **Art. 3.5: Poteri e Doveri dell'Arbitro.**

1) L'Arbitro ha i poteri di:

- condurre le gare, compresi la partenza e l'arresto;
- annunciare la decisione della Giuria;
- spiegare quando necessario i motivi per cui vengono prese le decisioni;
- annunciare falli;
- emettere avvertimenti (prima o durante una gara);
- prendere altri provvedimenti disciplinari (per esempio, di licenziare o sospendere un concorrente da una gara);
- ottenere un consiglio dai Giudici d'Angolo;
- annunciare la vittoria a maggioranza in base alle tabelle di giudizio
- estendere la durata di una gara.

2) Se fosse necessario sostituire un Arbitro o un Giudice d'angolo a causa di un incidente durante una gara, l'Arbitro deve immediatamente fermare la gara e chiedere al Giudice delegato per selezionare e sostituire senza perdita di tempo.

3) Ogni volta che l'Arbitro ha qualche difficoltà nelle sue decisioni, si consulterà con il Giudice Capo.

#### **Art. 3.6: Poteri e Doveri dei Giudici d'Angolo.**

1) I Giudici d'Angolo hanno il potere:

- di assistere l'Arbitro;
- di esprimere il loro parere in merito a diverse situazioni durante la gara;
- di segnalare il loro giudizio sulla condotta e lo sviluppo di gare per mezzo di bandiere e/o fischiotto;
- di esercitare il loro diritto di voto nei confronti di decisioni che riguardano le gare.

2) I Giudici d'Angolo devono osservare attentamente le azioni degli atleti all'interno della loro area di visione.

3) Ogni Giudice d'Angolo deve osservare costantemente l'eccellenza relativa dei concorrenti in modo indipendente.

4) Nei seguenti casi, essi devono immediatamente segnalare all'Arbitro per mezzo di fischio o di bandiera, e correttamente formulare il loro parere, quali: azioni, punteggi, penalità, uscite.

- in altri casi quando lo ritengano necessario di portare qualcosa all'attenzione dell'Arbitro.
- 5) In caso di divergenza di opinioni tra l'Arbitro ed i Giudici d'Angolo su una determinata materia, il Giudice d'Angolo può, con il concorso di altri Giudici d'Angolo, opporsi alla sentenza dell'Arbitro.  
Quando l'Arbitro chiama "Hantei", i Giudici d'Angolo comunicano il proprio parere nei prescritti modi.

#### **Art. 3.7: Poteri e Doveri dell'Arbitro (Kansa).**

- 1) Un Arbitro deve essere nominato per ogni incontro per garantire la corretta applicazione di queste Regole di gara.
- 2) Egli sovrintende al funzionamento della gara e le decisioni degli Arbitri, e quando richiesto dal Giudice Arbitro, può dare il suo parere.
- 3) Quando una decisione resa dall'Arbitro e/o dai Giudici d'Angolo ha violato la Regole di gara, l'Arbitro (Kansa) può chiedere spiegazioni all'Arbitro Centrale e/o ai Giudici d'Angolo, e nel caso è palesemente contraria alle regole di gara, può chiedere che la Terna Arbitrale riveda la sua decisione.
- 4) Il potere dell'Arbitro per la supervisione della gara comprende supervisione, ispezione e la direzione del cronometrista e del segretario.
- 5) La documentazione in possesso della gara diventano documenti ufficiali sottoposti all'approvazione del l'Arbitro.(Kansa)

#### **Art. 3.8: Poteri e Doveri del Direttore dell'Area di Gara.**

Il Direttore dell'Area di Gara deve gestire e preparare i Giudici di gara in una determinata zona di gara.

#### **Art. 3.9: Terminologie e Segnali.**

Apposite terminologie e segnali sono utilizzati dall'Arbitro nel funzionamento di una gara  
Apposite terminologie e segnali sono utilizzati dai Giudici d'Angolo per il funzionamento di una gara

#### **Art. 3.10: Segnali.**

I segnali fatti, con le bandiere e/o il fischietto, dai Giudici d'Angolo durante il match devono essere, conformi e uguali

I segnali utilizzati dal fischio dell'Arbitro hanno il seguente significato:

- (Lungo / normale) + (breve / forte): "Hantei" (decisione).
- (Breve / forte): "Yame" (Fermarsi) il comando per abbassare le bandiere e/o il consiglio nel punteggio.

#### **Art. 3.11: Decisioni.**

L'Arbitro assegnerà una decisione sulla base dei segnali dati dai Giudici d'Angolo.

#### **Art. 3.12: Altre Questioni di Giudizio.**

Le questioni relative al giudizio non prescritte nel presente Regolamento devono essere discusse tra il gruppo di I Giudici e le decisioni in tal modo raggiunte devono essere riferite all'Arbitro della gara ed al Giudice Capo per l'approvazione.

Tutti i funzionari saranno informati di queste decisioni e sarà fatto un pubblico annuncio.

## **CAPITOLO 4: LE NORME DELLA GARA KUMITE.**

### **§ 1: NORME GENERALI.**

#### **Art. 4.1: La Gara di Kumite.**

° 1. Una competizione di Kumite tra singoli concorrenti o tra squadre di Atleti, per ottenere un titolo, è condotta per mezzo di gara di Kumite.

#### **Art. 4.2: Tipi di Gare di Karate.**

I tipi di gare Kumite sono fissate come segue:

- Gara individuale di Kumite;
- Gara a squadre di Kumite.

#### **Art. 4.3: Condotta di una Gara di Karate.**

La gara di kumite è condotta esclusivamente dalle istruzioni dell'Arbitro.

#### **Art. 4.4: Partecipazione ad una Gara di Kumite.**

La partecipazione a una gara di Kumite è disciplinata da precise norme.

### **§ 2: GARA DI KUMITE INDIVIDUALE.**

#### **Art. 4.5: Metodi di Gara Individuale di Kumite.**

1. Una gara di Kumite individuale si svolge tra due concorrenti.
2. Ci sono due tipi di kumite individuale corrispondenti a:

**'Shobu ippon'** (gara 'Un punto')

La durata di questa gara sarà per due minuti (tempo effettivo).

Il concorrente che, entro il termine stabilito, ha segnato un punto è il vincitore.

#### **Encho Sen (incontro supplementare)**

Il concorrente che segna per primo, vince la gara.

Questo metodo è applicabile solo per la gara in più.

Tutti gli incontri individuali kumite sono 'Shobu Ippon'.

#### **Art. 4.6: AVVIO, SOSPENSIONE E FINE DI UNA GARA DI KUMITE.**

##### **1. Avvio.**

- Chiamato dalla Giuria, il concorrente provvederà prontamente alla sua posizione, appena fuori sulla linea dell'area di gara.
- L'Arbitro deve prendere la sua posizione.
- Al segnale dell'Arbitro i concorrenti si inchineranno alla zona di gara, entreranno nell'area e procederanno alla loro posizione di partenza
- Poi si saluteranno ancora tra loro e aspetteranno in posizione di 'Yoi' per l'inizio della gara.
- La gara ha inizio con l'annuncio da parte l'Arbitro di "Shobu Ippon / Sanbon Hajime".

##### **2. Sospensione e Ripresa.**

- Annunciando "Yame", l'Arbitro deve interrompere la gara temporaneamente e con i concorrenti alle loro posizioni.

- I concorrenti devono tornare alla loro posizione prescritta di aspettare per un giudizio
- Quando si riprende la gara, l'Arbitro annuncia "Tsuzukete Hajime"

### 3. Fine.

con l'annuncio dello. "Yame Soremade" l'Arbitro termina l'incontro

- Quando la decisione è data dall'Arbitro Centrale, i concorrenti si inchineranno davanti a loro e lasceranno l'area di gara. Al di fuori dell'area gli atleti si inchineranno all'area di gara e la gara è finita.

#### Art. 4.7: **DURATA DI UNA GARA INDIVIDUALE DI KUMITE.**

1. Tempo effettivo di un match è preso da quando l'Arbitro annuncia "Shobu Ippon /
2. L'opportunità di punteggio termina con il segnale della campana, ma il match termina di comando "Yame" da parte dell'Arbitro.
3. Quando una gara viene sospesa dall'Arbitro Centrale al comando "Yame", il tempo effettivo deve essere fermato fino al momento che l'Arbitro riprende la gara con l'annuncio "Tsuzukete Hajime".
4. Quando i concorrenti escono dalla zona gara (Jogai), la gara sarà considerata valida fino al momento in cui l'Arbitro ordini "Yame".
5. Il tempo trascorso in relazione a un infortunio di un concorrente o di discussione tra i Giudici non è considerato come tempo effettivo.

#### Art. 4.8: **GARE SUPPLEMENTARI DI KUMITE.**

1. In caso di parità nelle singole gare di Kumite, ci sarà un prolungamento della gara (Encho Sen). Questa estensione sarà di durata di un minuto (tempo effettivo) Questa estensione sarà decisa dal primo punteggio (Sakidori Shobu) Le avvertenze e le sanzioni vengono riportate in questa estensione.
2. Al termine della proroga, ogni Giudice deve indicare un vincitore. La decisione si basa solo sull'estensione.(Encho Sen)

### **§ 3: GARA DI KUMITE A SQUADRE.**

#### Art. 4.9: **METODI DI GARA A SQUADRE DI KUMITE.**

1. Una gara a squadre di Kumite si svolge tra due squadre di concorrenti.
2. Ogni squadra deve indicare i suoi singoli membri secondo un ordine prestabilito.
3. Le gare di Kumite individuale sono da ritenersi tra i singoli membri di ogni squadra nell'ordine prestabilito.
4. Le gare di kumite individuale tra i singoli membri sono con il metodo 'Shobu Ippon'.

#### Art. 4.10: **NUMERO DI ATLETI NELLA GARA A SQUADRE DI KUMITE.**

1. Il numero di persone che compongono una squadra deve essere un numero dispari (il numero sarà indicato nel regolamento del torneo e sul modulo domanda del torneo)
2. Nel primo incontro di una gara a squadre di kumite deve essere presente una squadra completa (in una squadra da 3 devono presenti 3 concorrenti, in una squadra da 5 dovranno essere presenti 5 concorrenti). Tutti devono competere nella prima gara a meno che l'autorizzazione sia stata data dal comitato organizzatore.
3. Se, nella prima gara, una squadra al completo non si presenta verrà squalificata per abbandono



4. Se una squadra non è completa la posizione resta libera, ma sarà chiaramente indicato nell'ordine sulla forma scritta
5. Una squadra che si allinea e compete in un ordine diverso da quello presentato, sarà penalizzata (Ippon di svantaggio)

## **CAPITOLO 5: LE NORME DEL GIUDIZIO DI GARA DI KUMITE**

### **§ 1: CRITERI PER DECISIONI DI GARA KUMITE INDIVIDUALE.**

#### **Art. 5.1: CRITERI PER LA VITTORIA.**

La vittoria in una gara individuale di Kumite deve essere assegnata ad un concorrente:

1. nel caso di 'Shobu Ippon', basato sull'acquisizione di un Ippon;
2. il caso di "Encho Sen", basata sulla acquisizione della prima tecnica di punteggio;
3. in tutti gli altri casi, con decisione del Collegio dei Giudici.

#### **Art. 5.2: CRITERI PER ASSEGNAZIONE DI IPPON**

##### **1. Ippon**

Ippon è assegnato ad un concorrente quando una tecnica viene riconosciuto come tale e con "tre" giudizi a favore

##### **2. Awasete Ippon**

Quando un concorrente ha punteggi di due Wazaari, durante una gara, questi due Wazaari, in associazione deve essere considerato come un 'Awasete Ippon'

#### **Art. 5.3: CRITERI PER DECISIONE DELLA VITTORIA.**

In assenza di una vittoria per Ippon, la vittoria per decisione può essere concessa sulla base dei seguenti criteri, relativi ad ogni concorrente:

- se vi sia stato Wazaari
- se vi sia stato un avvertimento per un fallo
- il numero di uscite al di fuori dell'area match
- l'eccellenza nella lotta contro l'atteggiamento, la capacità e abilità
- il grado di vigore e lo spirito nella lotta,
- il numero di mosse d'attacco,
- l'eccellenza nella strategia utilizzata.

#### **Art. 5.4: AREE DI PUNTEGGIO.**

Le aree di punteggio devono essere limitate a quanto segue:

- la testa
- il collo
- il petto
- l'addome
- la parte posteriore

#### **Art. 5.5: CRITERI PER UNA TECNICA DI PUNTEGGIO**

1. Una tecnica di punteggio è una tecnica potente fornita con il controllo alle aree riconosciute di punteggio alle seguenti condizioni:
  - buona forma
  - buona attitudine
  - forte vigore
  - atteggiamento "Zanshin"
  - timing corretto
  - distanza corretta
  - portata con "completo uso del corpo" (Kime)

#### **Art. 5.6: VALUTAZIONE DI UNA TECNICA DI PUNTEGGIO.**

1. Per valutare una tecnica Giudici prendono in considerazione le potenzialità della tecnica, che significa che l'effetto la tecnica avrebbe avuto se non fosse stata controllata in modo adeguato. Contatto non è necessario per il punteggio.
2. Per valutare una tecnica, i Giudici non solo considerano la potenziale efficacia della tecnica, ma anche l'atteggiamento del concorrente.
3. Una tecnica da punteggio eseguita contemporaneamente al comando "Yame" dell'Arbitro è conteggiata nel punteggio.

#### **Art. 5.7: CRITERI PER LA REALIZZAZIONE DI UN WAZARI.**

Quando una tecnica da punteggio è riconosciuta per essere efficace, sarà classificata come Wazaari. Una tecnica da punteggio è considerata efficace se si ha il chiaro potenziale di ridurre in modo significativo, anche per un breve tempo, la capacità dell'avversario di competere.

#### **Art. 5.8: CRITERI PER UN PUNTEGGIO DA IPPON.**

Quando una tecnica da punteggio viene riconosciuta per essere decisiva, sarà classificata come Ippon. Una tecnica da punteggio è considerata determinante se si ha il chiaro potenziale per ridurre a zero, anche per un breve tempo, le capacità dell'avversario di competere.

#### **Art. 5.9: CRITERI AGGIUNTIVI PER UN PUNTEGGIO DA IPPON.**

Tecniche efficaci effettuate alle seguenti condizioni sono considerate come Ippon:

- un attacco fornito con un tempismo perfetto
- quando l'avversario ha iniziato a muoversi verso l'attaccante
- un attacco immediato quando l'avversario è stato sbilanciato dall'attaccante
- una combinazione di attacchi efficaci
- un uso combinato di tecniche di Nage (proiezione) e attacchi efficaci
- quando l'avversario ha perso il suo spirito combattivo
- quando non vi è alcun tentativo di difendersi contro l'attacco
- quando non c'è alcuna possibilità di difendersi contro l'attacco.

#### **Art. 5.10: NON ACCETTAZIONE DELLE TECNICHE.**

1. Tecniche effettuate alle seguenti condizioni non sono considerate valide, anche se sono state accompagnate da una potenza sufficiente:

- quando un concorrente non riesce a fornire una tecnica nel momento in cui ha preso il suo avversario
  - quando un concorrente non riesce a fornire una tecnica nel momento in cui ha sbilanciato l'avversario.
2. Una tecnica, portata dopo che l'Arbitro dà il comando "Yame" non è riconosciuta come punto, né può costituire una base per la decisione.
  3. Tecniche assegnate da fuori area gara non sarà valida. Tuttavia, se il concorrente che porta tale tecnica era all'interno del limite dell'area di gara quando ha eseguito la tecnica, deve essere considerata valida.
  4. Nel caso in cui si combina un atto proibito o tecnica, la tecnica non deve essere presa in considerazione, e la Giuria prenderà una decisione sull'atto proibito o sulla tecnica.
  5. Tecniche di punteggio simultanee fornite da entrambi i combattenti, non si contano (Aiuchi).

#### Art. 5.11: **ATTI E TECNICHE PROIBITE.**

I seguenti atti e le tecniche sono vietate:

1. **Azioni pericolose:** atti o tecniche che invocano un rischio di infortunio o una riduzione dell'avversario capacità di competere, e cioè:
  - attacchi o tecniche incontrollate;
  - le tecniche che fanno contatto eccessivo;
  - attacchi agli arti superiori e inferiori;
  - tecniche a mano aperta al volto;
  - attacchi all'inguine;
  - attacchi alla articolazione dell'anca, del ginocchio, il collo del piede e della tibia;
  - prese, a meno che immediatamente seguito da una tecnica;
  - corpo a corpo o contatto fisico del corpo contro l'avversario inutilmente; atti pericolosi.
  - mancanza di riguardo per la propria sicurezza (Mubobi).
2. **Comportamenti scorretti (Taido):** atti che dimostrano un comportamento improprio, e cioè:
  - 2.1 in mancanza di obbedienza agli ordini del Giudice Arbitro;
  - 2.2 sovraccitazione, a tal punto che il concorrente è considerato dai Giudici come un pericolo per il suo avversario;
  - 2.3 ogni atto o atti di un concorrente considerato dannoso o violando testardamente le regole che li proibiscono;
  - 2.4 ogni comportamento antisportivo quali abusi verbali, provocazione o frasi inutili;
  - 2.5 comportamenti suscettibili di portare il karate in discredito (questo include allenatori, manager o qualcuno collegato con il concorrente);
  - 2.6 tutti gli atti che sono considerati come violare le regole della gara.
3. **Evitare la disputa:** atti o tecniche che stanno dimostrando intenzionalmente o non intenzionalmente di evitare la disputa, e cioè:
  - muoversi e perdere tempo;
  - muoversi evitando il combattimento;
  - fuga dalla zona di gara.

#### Art. 5.12: **ATTENZIONE, FALLO E SQUALIFICA.**

1. Quando un concorrente ha commesso un atto vietato o tecnica vietata l'Arbitro, in accordo con i Giudici d'Angolo, annuncia un fallo (Hansoku).

- L'annuncio darà automaticamente la squalifica del concorrente.(Hansoku)
2. Quando un concorrente è in procinto di commettere un atto o tecnica vietata, l'Arbitro, in accordo con il gruppo di Giudici d'Angolo, dà un avvertimento. A seconda della gravità si può essere un rimprovero ufficiale (Keikoku) o un avviso di squalifica (Chui).
  3. Nel caso in cui il concorrente, dopo essere stato avvisato una volta, ripete continuamente atti simili, l'Arbitro può annunciare la sua squalifica, in accordo con la Terna Arbitrale
  4. Se un concorrente sfugge continuamente dalla zona match:
    - Dopo la prima uscita, al concorrente verrà dato un richiamo ufficiale ('Jogai Keikoku').
    - Dopo la seconda uscita, al concorrente verrà consegnato un avviso di squalifica ('Jogai Chui').
    - Dopo la terza uscita, il concorrente sarà squalificato ('Jogai Hansoku').
  5. Tutte le avvertenze comprendono due categorie distinte.  
La prima categoria si riferisce a "Jogai - evitare la disputa", la seconda categoria riguarda tutte le altre.
  6. Le ammonizioni sono progressive: Richiamo Verbale, Keikoku, Hansoku Chui, Hansoku

#### **Art. 5.13: PROBLEMI DI SICUREZZA**

1. Se un concorrente si aggiudica due gare per squalifica dell'avversario per infortunio o contatto eccessivo, al concorrente non sarà permesso di continuare in gara di kumite.
2. Un concorrente è ammesso a richiedere un (1) minuto di riposo tra due gare immediatamente successive, o tra una estensione (Encho Sen) e un incontro immediatamente successivo.

#### **Art. 5.14: CRITERI PER LA DECISIONE DI UNA GARA DI KUMITE A SQUADRE.**

1. Il vincitore di una squadra di kumite gara sarà deciso sulla base delle singole gare.
2. Criteri per decidere il vincitore di una gara di kumite a squadre, in base al numero dei vincitori di singole partite, sono i seguenti (in ordine decrescente di importanza):
  - Numero di vittorie.
  - Numero di "Vittorie per Ippon"
  - "Vittorie per Awasewaza".
3. Quando una squadra sarà in parità con la squadra avversaria con queste modalità di decisione di cui sopra, la decisione è resa sulla base del risultato di una singola gara in più, condotta tra un rappresentante di ogni squadra.
4. Nel caso in cui questa gara in più sia un pareggio, ci sarà un'estensione di questa gara aggiuntiva (Encho Sen).
  - Questa estensione sarà di durata di un minuto (tempo effettivo)
  - Questa estensione sarà decisa dal primo punteggio (Sakidori Shobu).
  - Le avvertenze e le sanzioni sono riportate in questa estensione.
5. Al termine della proroga, ogni Giudice deve indicare un vincitore. La decisione si basa solo sull'estensione.

### **§ 3: METODI DI GIUDIZIO IN UNA GARA DI KUMITE.**

#### **Art. 5.15: SENTENZA IN UNA GARA DI KUMITE.**

Il giudizio di un incontro di Kumite è effettuato da un gruppo di Giudici.

#### **Art. 5.16: GIURIA PER UNA GARA DI KUMITE.**

Il gruppo di Giudici di una gara sarà composto da un Arbitro e quattro Giudici d'Angolo.

#### **Art. 5.17: DOVERI E POTERI DELL'ARBITRO DI GARA DI KUMITE.**

1. Solo l'Arbitro ha l'autorità per condurre, sospendere o interrompere la gara. Nessuno diverso dall'Arbitro Centrale è autorizzato ad interrompere la gara in modo arbitrario. Nelle seguenti circostanze l'Arbitro fermerà l'incontro, annunciando 'Yame' e i concorrenti assumeranno le loro posizioni originali:

3.1. Quando la campana segna la fine dell'incontro.

Quando due o più Giudici d'Angolo segnalano con bandiere e fischietto il loro giudizio sulla gara. (Nota: Quando uno dei Giudici d'Angolo segnali con bandiera e fischietto il suo giudizio sulla gara, l'Arbitro può ignorare il segnale e continuare l'incontro.

Quando si osserva una tecnica di punteggio.

In caso di infortunio di uno o entrambi i concorrenti

Quando si osserva un concorrente commettere un atto proibito.

Quando si osserva un concorrente in procinto di commettere un atto proibito.

Quando si osserva un concorrente evitare la disputa.

Quando egli ritenga che uno o entrambi i concorrenti non possono continuare la gara dovuta a lesioni, o altre cause.

Quando in una gara nessuno dei concorrenti consegue tecniche di punteggio, egli deve prendere le precauzioni necessarie per evitare confusione o lesioni.

Ogni volta che lo ritiene necessario per il normale svolgimento della gara, ad esempio:

- Per ordinare ad un concorrente di sistemare la sua uniforme.
- Quando la gara si sviluppa in una situazione di stallo senza lo scambio di tecniche efficaci tra i concorrenti.
- Quando un concorrente afferra il suo avversario, senza continuare con una tecnica.

4. Su come arrestare la gara, l'Arbitro avrà le seguenti azioni:

Quando la campanella segna la fine della possibilità di punteggio,

- egli deve tornare alla sua posizione e annuncia 'Soremade',
- poi andrà al di fuori della zona e, dopo aver controllato con il Kansa, indicherà i punteggi e le sanzioni,
- egli quindi consentirà del tempo ai Giudici d'Angolo per considerare il loro giudizio,
- egli chiama "Hantei" e fischia invitando ai Giudici d'Angolo perchè diano il loro giudizio,
- poi decide a maggioranza ( a seconda delle bandierine rosse o bianche)
- egli deve poi tornare alla sua posizione e dichiarare il vincitore alzando la mano sul lato del vincitore ('Kachi') o dichiarare un pareggio ('Hikiwake').

Quando due o più Giudici d'Angolo segnalano da bandiere e fischietto il loro giudizio sulla gara, dovrà ascoltare il loro parere e annunciare una decisione.

Quando si osserva una tecnica da punteggio, egli dovrà, con il consenso dei Giudici d'Angolo, annunciare una decisione.

- Se non c'è punto, comanderà la ripresa della gara.
- Se il punteggio è 'Wazaari', comanderà la successiva ripresa della gara o, se questo è il secondo 'Wazaari' per il concorrente, dovrà annunciare il vincitore per l'esistenza di un Awasete Ippon e terminare la gara.
- Se il punteggio è 'Ippon', deve annunciare il vincitore e terminare la gara.
- Nel caso di 'Encho Sen", il match viene interrotto dopo la prima tecnica da punteggio.)

In caso di infortunio, l'Arbitro deve immediatamente fermare la gara e per richiedere prontamente un trattamento adeguato del ferito.

Quando si vede un concorrente commettere, o che è sul punto di commettere, un atto proibito, l'Arbitro chiama i Giudici d'Angolo per stabilire se le regole sono state infrante o meno, e annunciare una decisione.

Quando si ritenga che uno o entrambi i concorrenti non possano continuare con la gara per causa delle lesioni, malattia o altre cause. Dopo aver consultato il Medico di Gara, chiamerà i Giudici d'Angolo ed insieme a decideranno se la gara deve continuare.

5. Quando si riprende la gara, deve annunciare "Tsuzukete Hajime".

#### **Art. 5.18: TERMINOLOGIA E SEGNALI USATI DALL'ARBITRO NELLA GARA KUMITE.**

1. Per condurre, sospendere o interrompere la partita, l'Arbitro deve usare terminologia e segnali appropriati.
2. Quando si annuncia una decisione, l'Arbitro indicherà con chiarezza il concorrente in questione, e conferma la tecnica o l'atto ed annuncerà la decisione.

#### **Art. 5.19: POTERI E DOVERI DEI GIUDICI D'ANGOLO NELLA GARA DI KUMITE.**

1. I Giudici d'Angolo hanno il potere e il dovere nella loro funzione
2. Per osservare la gara si prenderanno le loro rispettive posizioni, portando una bandiera rossa e bianca ed un fischietto.
3. Il Giudice d'Angolo deve osservare attentamente le azioni dei concorrenti all'interno del suo campo visivo, e nei seguenti casi, dovrà immediatamente segnalare all'Arbitro mediante fischio e/o bandiera, dando la sua opinione:
  - Quando vede un Ippon o Wazaari.
  - Quando si accorge che un concorrente sta per commettere o ha commesso un atto proibito.
  - Quando vede evitare la disputa da parte di un concorrente.
  - Quando lo ritenga che uno o entrambi i combattenti non possono continuare con la gara dovuto a lesioni, od altre cause.
  - In tutti i casi in cui lo ritenga opportuno di portare qualcosa all'attenzione dell'Arbitro.
  - Quando un concorrente esce dall'Area di gara

#### **Art. 5.20: TERMINOLOGIE E SEGNALI USATI DAI GIUDICI D'ANGOLO NELLA GARA DI KUMITE.**

Per segnalare il loro giudizio sulla gara i Giudici d'Angolo devono utilizzare i segnali del caso mediante di bandiere e/o fischietto.

## **CAPITOLO 6: LE NORME DELLA GARA DI KATA**

### **§ 1: GENERALITA'**

#### **Art. 6.1: GARA DI KATA.**

1. Una competizione di Kata tra singoli concorrenti o tra squadre di concorrenti, per ottenere un titolo, è condotta per mezzo di incontri di Kata.
2. Concorrenti o le squadre sono designati uno contro l'altro in modo casuale.
  - Quando si utilizza il sistema a bandiera, i due concorrenti competono l'uno contro l'altro contemporaneamente.
  - Quando si utilizza il sistema a punti, i concorrenti competono l'uno contro l'altro singolarmente.
3. Il metodo della competizione di kata si basa su "combattimento contro avversari"
  - Nel caso del sistema a bandiera, solo il vincitore di una gara di Kata può continuare nella competizione Kata.
  - Nel caso del sistema a punti, solo i concorrenti o squadre con il punteggio più alto possono proseguire nella competizione Kata.

#### **Art. 6.2: TIPI DI GARE DI KATA.**

I tipi di gare di Kata sono i seguenti:

- Gara di Kata Individuale.
- Gara di Kata a Squadre.

#### **Art. 6.3: CONDOTTA DELLA GARA DI KATA.**

La gara di Kata deve essere condotta esclusivamente dalle istruzioni dell'Arbitro.

#### **Art. 6.4: PARTECIPAZIONE ALLA GARA DI KATA.**

La partecipazione ad una gara di Kata è disciplinata da precise norme

### **§ 2: GARA DI KATA INDIVIDUALE**

#### **Art. 6.5: METODI DI GARA DI KATA INDIVIDUALE**

1. Una gara di Kata Individuale si svolge tra singoli concorrenti.
2. Ci sono due tipi di gara di Kata Individuale:
  - **Sistema a bandierine:** due concorrenti dovranno eseguire un Kata assegnato allo stesso tempo. Per mezzo delle bandiere la Giuria deciderà il vincitore.
  - **Sistema a punti:** ogni concorrente o gruppo eseguirà un Kata separatamente. I punti devono essere assegnati dalla Giuria e il vincitore sarà quello con il punteggio totale più alto.

#### **Art. 6.6: TIPI DI KATA NELLA GARA DI KATA INDIVIDUALE**

##### **1. Eliminazioni:**

##### **Primo turno:**

**Shitei Kata:** il kata è selezionato dall'Arbitro dalla lista dei Kata predefinita  
La sentenza sarà condotta secondo il sistema a bandierina.

## Secondo Turno

**Sentei Kata:** il concorrente dovrà scegliere il Kata stabilito nella lista

La sentenza sarà condotta secondo il sistema di punti o sistema a bandierine

### 2. **Finale:**

**Tokui Kata:** il concorrente potrà scegliere il Kata.

Il Kata nella finale deve essere diverso dal Kata eseguito nel secondo turno. Sistema a punteggio

## Art. 6.7: INIZIO E FINE DI UNA GARA KATA INDIVIDUALE SISTEMA A BANDIERA.

### 1. **Avvio ed esecuzione.**

- Chiamati dall'annunciatore, i concorrenti provvederanno prontamente a posizionarsi al di fuori dell'area gara.
- Al segnale dell'Arbitro i concorrenti si inchineranno all'area di gara, entreranno nell'area e si avvieranno alle loro posizioni iniziali.
- Si inchineranno tra loro e aspetteranno nella posizione di 'Yoi' per l'annuncio dell'Arbitro.
- L'Arbitro annuncerà chiaramente ai concorrenti ed ai Giudici d'Angolo il nome del Kata selezionato da eseguire.
- I concorrenti ripeteranno il nome del Kata selezionato per l'Arbitro.

### 2. **Fine.**

- Dopo l'esecuzione del Kata, i concorrenti torneranno alle loro posizioni iniziali al comando "Yame" dell'Arbitro e attenderanno la decisione dei Giudici'.
- Al termine del Kata, l'Arbitro chiamerà per le decisioni dei Giudici d'Angolo dicendo 'Hantei' e con un fischio chiederà il giudizio.
- Quando i Giudici d'Angolo hanno mostrato la loro decisione, l'Arbitro ordinerà con un fischio ai Giudici d'Angolo di abbassare le loro bandiere.
- L'Arbitro deve annunciare il risultato della gara a bandiera.
- Dopo l'annuncio del vincitore, entrambi i concorrenti si inchineranno tra loro e lasceranno l'area di gara.
- Al di fuori dell'area di gara si inchineranno all'area e la gara è finita.

## Art. 6.8: INIZIO E FINE DI UNA GARA KATA INDIVIDUALE CON SISTEMA A PUNTI.

### 1. **Avvio ed Esecuzione.**

- Chiamato dall'annunciatore, il concorrente provvederà prontamente alla sua posizione al di fuori dell'area di gara.
- Al segnale dell'Arbitro il concorrente si inchinerà all'area di gara, entrerà nell'area e procederà alla sua posizione di partenza, annuncerà il nome del Kata da eseguire in modo chiaro ai Giudici.
- L'Arbitro ripeterà chiaramente il nome del Kata.
- Il concorrente darà quindi inizio all'esecuzione del kata, alla fine dell'esecuzione della prova, il concorrente tornerà alla sua posizione di partenza e attenderà la decisione dei Giudici.

### 2. **Fine**

- Al termine del Kata, l'Arbitro chiamerà per il punteggio della Giuria dicendo 'Hantei' e con un fischio.
- I Giudici, Arbitro e d'Angolo, immediatamente alzeranno le cartelle punteggio con la loro decisione.



- L'annunciatore deve leggere chiaramente i punteggi dei Giudici
- Il Presidente di Giuria segna il punteggio annunciato su appositi moduli, e calcola il punteggio finale eliminando il punteggio più alto e il punteggio più basso.
- L'annunciatore comunicherà chiaramente il punteggio totale.
- Dopo l'annuncio del punteggio ottenuto, l'Arbitro ordinerà alla Giuria, con un fischio, di abbassare le loro cartelle punteggio.
- Il concorrente poi lascerà l'area di gara. Al di fuori dell'area di gara si inchinerà all'area e la gara è finita.

#### Art. 6.9: **GARE DI KATA SUPPLEMENTARI NEL KATA INDIVIDUALE**

1. In caso di parità nel sistema a bandiera ci sarà una gara in più.

Il Kata assegnato sarà uno dalla stessa lista dei Kata, ma diverso da quello effettuato nella gara precedente.

Una decisione deve poi presa dal Collegio dei Giudici, basata sulla gara finale.

2. In caso di parità nel sistema a punti:

Punteggi saranno conteggiati TUTTI (compresi i più alti ed i più bassi che sono stati inizialmente scartati).

Se c'è ancora un pareggio:

- in caso di parità tra due concorrenti ci sarà una gara in più tra di loro. In questa gara supplementare, al primo concorrente sarà attribuito lo stesso punteggio da ogni Giudice (ad esempio 7,0) e al secondo concorrente dovranno essere aggiudicati 0,2 in più o 0,2 in meno;
- in caso di parità tra due o più concorrenti ci sarà una gara in più tra tutti.

Il Kata eseguito negli incontri extra (eliminazioni o finale) può essere lo stesso, ma sarà sempre uno dalla lista dei Kata predeterminata.

Alla fine della gara supplementare, ogni Giudice deve indicare un vincitore. La decisione si basa solo sulla gara supplementare.

(Nota: in caso di pareggio nelle eliminazioni, una gara supplementare sarà condotta solo nel caso che il risultato della gara abbia influenza sul corso ulteriore della disputa.)

### § 3: **GARA DI KATA A SQUADRE.**

#### Art. 6.10: **METODI DI GARA DI KATA A SQUADRE.**

Il sistema di una gara di Kata a Squadre deve essere con il sistema di punti.

#### Art. 6.11: **NUMERO DI CONCORRENTI NELLA GARA DI KATA A SQUADRE.**

Il numero di concorrenti che compongono una squadra è tre.

#### Art. 6.12: **TIPI DI KATA NELLA GARA DI KATA A SQUADRE.**

1. **Eliminatorie:**

- **Sentei Kata:** la squadra può selezionare il Kata da eseguire dai Kata predeterminati
- Il verdetto sarà con il sistema a punteggio.

2. **Finale:**

- **Tokui Kata:** la squadra può selezionare il Kata da eseguire dalle liste predefinite
- Il Kata nella finale deve essere diverso dal Kata eseguito nelle Eliminatorie.
- Il verdetto sarà con il sistema a punteggio

#### Art. 6.13: **INIZIO E FINE DI UNA GARA DI KATA A SQUADRE**

##### 1. **Avvio ed esecuzione**

- Chiamati dal Tavolo della Giuria, i membri del team provvederanno prontamente a posizionarsi al di fuori dell'area di gara.
- Al segnale dell'Arbitro le squadre si inchineranno all'area di gara, entreranno nell'area e procederanno fino alla posizione di partenza. I tre concorrenti dovranno essere di fronte all'Arbitro a forma di triangolo con il suo apice verso l'Arbitro.
- La squadra annuncerà chiaramente il nome del Kata da eseguire.
- L'Arbitro ripeterà chiaramente il nome del Kata.
- La squadra darà quindi inizio all'esecuzione del Kata. Ogni concorrente deve effettuare il Kata nella stessa direzione in modo da iniziare e finire verso l'Arbitro.
- Dopo il completamento, la squadra tornerà alla sua posizione originale e attenderà la decisione dei Giudici '.

## **2. Fine.**

- Al termine del Kata, l'Arbitro chiamerà per il punteggio della Giuria dicendo 'Hantei' e con un fischio.
- Immediatamente i Giudici Arbitro e d'Angolo alzeranno le tabelle punteggio con la loro decisione.
- L'annunciatore leggerà i punteggi dei Giudici, Arbitro e d'Angolo, e li annuncerà chiaramente al segretario.
- Il segretario segnerà il punteggio annunciato su appositi moduli e calcolerà il punteggio finale eliminando il punteggio più alto e quello più basso.
- L'annunciatore chiaramente annuncerà il punteggio totale.
- Dopo l'annuncio del punteggio, l'Arbitro ordinerà alla Giuria, con un fischio, di abbassare le loro tabelle punteggio.
- La squadra poi lascerà l'area di gara. Al di fuori dell'area di gara la squadra si inchinerà all' area di competizione e la gara è finita.

### **Art. 6.14: GARE SUPPLEMENTARI NEL KATA A SQUADRE.**

In caso di un pareggio nel Kata a squadre la procedura da seguire è la stessa della gara di Kata individuale - sistema a punti

## **CAPITOLO 7: NORME DI GIUDIZIO NELLA GARA DI KATA A SQUADRE**

### **Art. 7.1: CRITERI DI DECISIONE NELLA GARA DI KATA A SQUADRE**

Il Giudizio del Kata si basa su tre criteri differenti:

1. Le prestazioni di base.  
Il rispetto dei criteri delle prestazioni di base è essenziale per l'esecuzione di un Kata che sia accettabile. Permetterà ai Giudici di valutare la performance con un iniziale apprezzamento generale.
2. Le prestazioni avanzate.  
Il rispetto dei criteri delle prestazioni avanzate aumenta le prestazioni del Kata. Consentirà ai Giudici di affinare la loro prima valutazione.
3. Il verificarsi di errori o di tecniche mal eseguite.  
Il verificarsi di errori o di tecniche mal eseguite ridurrà l'apprezzamento delle prestazioni del Kata da parte dei Giudici. La riduzione sarà proporzionale alla gravità e la quantità di errori o di tecniche eseguite male.

### **Art. 7.2: CRITERI PER L'ESECUZIONE DI BASE DI UN KATA.**

I seguenti punti fondamentali devono figurare in ogni esecuzione di un Kata:

1. La sequenza prescritta del Kata e le tecniche.

Il Kata è l'esecuzione di una sequenza coerente di tecniche di karate. Per ogni Kata quelle tecniche e la loro sequenza sono ben definite. L'esecuzione del Kata deve chiaramente dimostrare la sequenza richiesta così come prescritto per ogni tecnica.

2. La dimostrazione della comprensione appropriata della sequenza di Kata e delle tecniche.
3. I 3 criteri fondamentali per la corretta esecuzione delle tecniche di Karate, e cioè:
  - Controllo del Kime.
  - Controllo del Rilassamento e della Contrazione.
  - Controllo della Velocità.

#### **Art. 7.3: CRITERI PER L'ESECUZIONE AVANZATA DI UN KATA.**

I Giudici noteranno gli specifici punti ed il grado della difficoltà del Kata compiuto

La sentenza sarà essere basato su:

##### **°1. La padronanza delle tecniche da parte del concorrente.**

- Direzione dei movimenti
- Posizioni
- Coordinazione
- Stabilità

##### **°2. Il grado di difficoltà e rischio messi nell'esecuzione.**

- Rotazione della testa
- Perfezione
- Armonia
- Respirazione
- Embusen

##### **°3. L'atteggiamento del concorrente.**

- Pause
- Kiai
- Spirito (ZanShin – ZAN= *mantenere*, SHIN=*spirito*)
- Corretta focalizzazione dell'attenzione (Chakugan)

##### **°4. La qualità artistica e di stile di esecuzione.**

- Ritmo
- Gestualità

#### **Art. 7,4: VERIFICARSI DI ERRORI O DI TECNICHE ESEGUITE MALE.**

Come terzo criterio per la decisione del Giudice si nota la presenza di errori od tecniche mal eseguite.

##### **1. Un errore è:**

- La sequenza non corretta delle tecniche,
- la mancata esecuzione di un tecnica prescritta,
- l'esecuzione di un tecnica non prescritta.

Il verificarsi di un errore deve essere confermata dalla Giuria.

2. **Esecuzione povera:** le tecniche che sono eseguite male non sono considerate come errori, ma devono essere giudicate di conseguenza.
3. Il concorrente che esegue un Kata diverso da quello annunciato dall'Arbitro sarà squalificato.

#### **Art. 7.5: DECISIONE SULLA SOSPENSIONE NEL SISTEMA A BANDIERA.**

1. Quando un concorrente si ferma e non riesce a completare il Kata e l'altro completa la sua prestazioni senza maggiori sbagli o errori, quest'ultimo è il vincitore della gara.

2. Nel caso in cui entrambi i combattenti si fermino e non riescano a completare il loro Kata, durante le loro esibizioni, saranno squalificati entrambi. (solo su decisione del Supervisore della Gara potranno rifare la gara)

## **§ 2: METODI DI GIUDIZIO DI UNA GARA DI KATA**

### **Art. 7.6: GIUDIZIO IN UNA GARA DI KATA.**

Il giudizio di una gara di Kata è effettuata da un gruppo di Giudici.

### **Art. 7.7: GIURIA PER UNA GARA DI KATA.**

1. Il gruppo dei Giudici di una gara di Kata nel sistema a bandiera sarà composto da un Giudice Arbitro e quattro Giudici d'Angolo.
2. Il gruppo dei Giudici di una gara di Kata nel sistema di punti sarà composta da un Giudice Arbitro e da quattro o sei Giudici d'Angolo.
3. La loro posizione sarà secondo uno schema preciso

### **Art. 7.8: METODI DI DECISIONE - SISTEMA A BANDIERA.**

- Al termine del Kata, l'Arbitro chiamerà per le decisioni dei Giudici d'Angolo. Poi immediatamente i Giudici d'Angolo mostreranno la loro decisione alzando le loro bandiere nel modo appropriato
- L'Arbitro deciderà a maggioranza
- L'Arbitro indica il vincitore alzando la bandiera con il colore del vincitore. Quando la decisione è un pareggio l'Arbitro deve indicarlo con le bandiere.
- 

### **Art. 7.9: METODI DI DECISIONE – SISTEMA A PUNTI.**

- Al termine del Kata, l'Arbitro chiamerà per le decisioni dei Giudici d'Angolo. Poi immediatamente il Giudice Arbitro ed i Giudici d'Angolo alzano le cartelle punteggiato con la loro decisione.
- Il Presidente di Giuria deve calcolare il punteggio finale come segue: su cinque o sette punteggi ricevuti, il massimo e minimo devono essere eliminati e i restanti punteggi vengono sommati.

### **Art. 7.10: POTERI E DOVERI DELL'ARBITRO IN UNA GARA DI KATA.**

1. Solo l'Arbitro ha l'autorità per condurre il progredire di una gara di Kata.
2. L'Arbitro espleta la sua funzione con il potere assegnatogli.
3. All'inizio della gara l'Arbitro prende posizione nel luogo prescritto di fronte all'area di gara.
4. Durante la gara, l'Arbitro deve valutare le prestazioni del Kata secondo precisi criteri
5. Quando il Kata è completato, l'Arbitro deve concedere il tempo necessario per i Giudici d'Angolo di decidere.
6. L'Arbitro condurrà la dichiarazione delle decisione e fine di una gara di Kata individuale - Sistema a bandiera" "Avvio e Fine di una gara di Kata individuale – Sistema a punti".

### **Art. 7.11: POTERI E DOVERI DEI GIUDICI ANGOLO IN UNA GARA DI KATA.**

1. Il Giudice d'Angolo ha il potere e il dovere datogli dal suo ruolo
2. I Giudici d'Angolo all'inizio della competizione prendono posizione, come prescritto, al di fuori dell'area di gara.
3. Durante la gara, i Giudici d'Angolo valutano le prestazioni dei Kata secondo precisi criteri

4. Quando l'Arbitro chiama per una decisione, tutti i Giudici d'Angolo devono alzare le loro bandiere o le tabelle punteggio, con la loro valutazione, contemporaneamente.

## **CAPITOLO 8: QUESTIONI GENERALI**

### **§ 1: PROTESTA CONTRO LA DECISIONE**

#### **Art. 8.1: METODI DI PROTESTA CONTRO LA DECISIONE**

1. I concorrenti non possono personalmente protestare contro la decisione di Giudici.
2. Solo quando una decisione emessa dall'Arbitro Centrale e dai Giudici d'Angolo ha palesemente violato le regole di Gara o del regolamento di giudizio, l'ufficiale responsabile della squadra coinvolta (di solito, il dirigente) può protestare con l'Arbitro contro la decisione subito dopo che è stata rilevata.

#### **Art. 8.2: GESTIONE DELLA PROTESTA CONTRO LA DECISIONE**

1. Quando si riceve una protesta contro una decisione, dal responsabile di una squadra a cui il concorrente appartiene, l'Arbitro(Kansa) esamina il reclamo, può richiedere una spiegazione all'Arbitro Centrale e/o ai Giudici d'Angolo, e nel caso in cui si trovasse la decisione palesemente irragionevole, egli può domandare al gruppo Arbitrale di rivedere la decisione.  
Il riesame della decisione, deve essere effettuata sulla base di un concorso pieno tra l'Arbitro (Kansa), Arbitro Centrale ed i Giudici d'Angolo.

### **§ 2: INFORTUNI O INCIDENTI DURANTE LA GARA**

#### **Art. 8.3: CASI DI INFORTUNI O INCIDENTI**

In caso di infortunio di un concorrente, l'Arbitro deve immediatamente fermare la gara, prestare aiuto al concorrente e, al tempo stesso, chiamare il medico di gara.  
Il trattamento della lesione non può ritardare in modo significativo la gara.

#### **Art. 8.4: AUTORITA' SU INFORTUNI E INCIDENTI**

Solo il Medico di Gara può prendere decisioni che riguardano tutte le questioni di infortuni, incidenti o condizione fisica dei concorrenti.

#### **Art. 8.5: DECISIONI SU INFORTUNI E INCIDENTI**

1. Nel caso in cui si ritenga un concorrente incapace di continuare l'incontro a causa di un infortunio o di qualsiasi altra ragione fisica, sulla base della consulenza del Medico di Gara, l'Arbitro pone fine alla gara e sospenderà l'infortunato dalla gara.  
Se l'infortunio è riconducibile al suo avversario egli sarà dichiarato vincitore.  
Se la lesione non è riconducibile al suo avversario egli sarà dichiarato perdente.
2. Un concorrente, che vince una gara tramite squalifica dell'avversario che gli ha causato danni, non può combattere ancora nella competizione senza l'autorizzazione del Medico di Gara.
3. Per la sicurezza del concorrente: se un concorrente vince due incontri attraverso Hansoku dei suoi avversari, a causa di infortuni causati da tecniche incontrollate, poi al concorrente non sarà permesso di proseguire nelle gare.

#### **Art. 8.6: DECISIONI SULLA FINE DELLA GARA**

1. Quando un concorrente, che soffre di un lieve infortunio non grave da disabilitarlo, si rifiuta di continuare la gara o richiede il permesso per uscire dalla gara, è dichiarato perdente.
2. In caso di una ferita o ferite riportate durante una gara di Kumite, per motivi non imputabili ad un concorrente o nel caso in cui entrambi i combattenti sono feriti nello stesso tempo, per motivi per cui entrambi sono responsabili:
  - 2.1 Il concorrente che termina la gara sarà dichiarato perdente.
  - 2.1 Nel caso entrambi i concorrenti terminino e le ragioni che hanno causato le lesioni non siano imputabili a uno dei due contendenti, la gara deve essere dichiarata un pareggio.

### **§ 3 : QUESTIONI DI SICUREZZA E PROTEZIONE**

#### **Art. 8.7: SICUREZZA SPECIFICA E QUESTIONI DI SICUREZZA**

1. Il concorrente non può utilizzare i dispositivi di protezione. Tuttavia, i dispositivi di sicurezza possono essere consentiti con approvazione del Medico responsabile della Gara
2. Al concorrente non è permesso indossare bende o supporti, se non con il permesso del Medico di Gara.
3. Il concorrente deve avere le unghie corte e non indossare oggetti metallici o simili sul suo corpo, che possano causare lesioni.

#### **Art. 8.8: SICUREZZA SPECIFICA E QUESTIONI DI SICUREZZA**

1. Nella gara di Kumite i concorrenti dovranno indossare:
2. **Guantini, obbligatori**
3. I **Paradenti** sono obbligatori nel Kumite.
4. Le **Conchiglie** sono ammesse nel Kumite.
5. Paraseno, obbligatorio nella gara di Kumite
6. Gli Occhiali Non sono ammessi nel Kumite

### **§ 3 : RITIRI**

#### **Art. 8.9: RITIRI**

Un concorrente che non è in grado di continuare a competere o partecipare, per motivi diversi da lesioni, o che richiede il permesso di uscire dalla gara, per queste ragioni deve essere dichiarato perdente.

### **§ 5: ALLENAMENTO**

#### **Art. 8.10: ALLENAMENTO**

Nel corso di un incontro di Kumite, l'allenamento è consentito solamente da quando l'incontro viene sospeso è l'Arbitro comanda "Yame", fino al momento in cui l'Arbitro riprende la partita con l'annuncio "Tsuzukete Hajime".

### **§ 6: EQUIPAGGIAMENTO E RAPPRESENTAZIONE**

#### **Art. 8.11: DIVISA UFFICIALE**

L'abito ufficiale per i concorrenti, Giudici e allenatori è specifico

#### **Art. 8.12: CONCORRENTI**

1. I concorrenti devono indossare un Karate-Gi neutro, pulito e bianco.

2. Negli incontri di Kumite e Kata con il sistema a bandiera, a scopo di identificazione, uno dei concorrenti si cingerà con una cintura rossa intorno alla vita (e l'altro con una cintura bianca.) o sufficiente una cintura rossa.

#### **Art. 8,13: ATTREZZATURA O RAPPRESENTAZIONE NON CONFORMI**

Il Direttore di Gara o i Giudici di Gara possono prendere provvedimenti se qualsiasi dirigente o concorrente non approva questa regolamentazione.

### **§ 7: AREA DI GARA E ATTREZZATURE**

#### **Art. 8,14: AREA DI GARA**

1. L'area di gara avrà una superficie piana con tutte le misure necessarie adottate per la prevenzione di pericoli, per cui l'area di gara sarà dotata di materassine consone alla competizione e alla sicurezza degli atleti.
2. La dimensione dell'area del match sarà:
  - gara del Kumite, in linea di principio, è fissata in otto metri quadrati.(con area di sicurezza per un totale di mt 10 x 10). Saranno indicate le zone per gli atleti e per l'Arbitro centrale
  - 3.2. La dimensione dell'area di gara del Kata sarà delle stesse dimensioni dell'area delle gare di Kumite

#### 6.2. Per l'area di gara del Kata

Le squadre prenderanno posizione in zone indicate

#### **Art. 8,15: ATTREZZATURE PER LA GARA**

L'Organizzazione della manifestazione provvederà a sistemare le apparecchiature per la gara (sistemi acustici, gong. Tabelloni elettronici etc)

### **§ 8: PERSONALE (STAFF)**

#### **Art. 8,16: DIRETTORE DI GARA**

1. Il Direttore Di Gara è nominato dalla Segreteria Nazionale (comunicato)  
Egli disciplina lo svolgimento e lo sviluppo delle gare, non interferisce sulle decisioni arbitrali se non interpellato, fa rispettare le regole della competizione del presente regolamento.
2. Egli è assistito dal Personale di Gara.

#### **Art 8,17: MEDICO DI GARA**

1. Il Medico di Gara è nominato dalla Segreteria Nazionale (Comitato Organizzatore)
2. Egli dirige tutte le questioni mediche durante la gara.
3. Egli è assistito dal personale di primo soccorso.

#### **Art. 8,18: PERSONALE DI GARA (STAFF)**

1. Al fine di svolgere determinati compiti e ai fini di facilitare l'esecuzione degli incontri, un numero adeguato di personale deve essere presente dall'ospitante il torneo.

# FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

## **Regole di Gara** **Appendici**

### **APPENDICE 1:**

#### **LE TERMINOLOGIE E IL LORO SIGNIFICATO**

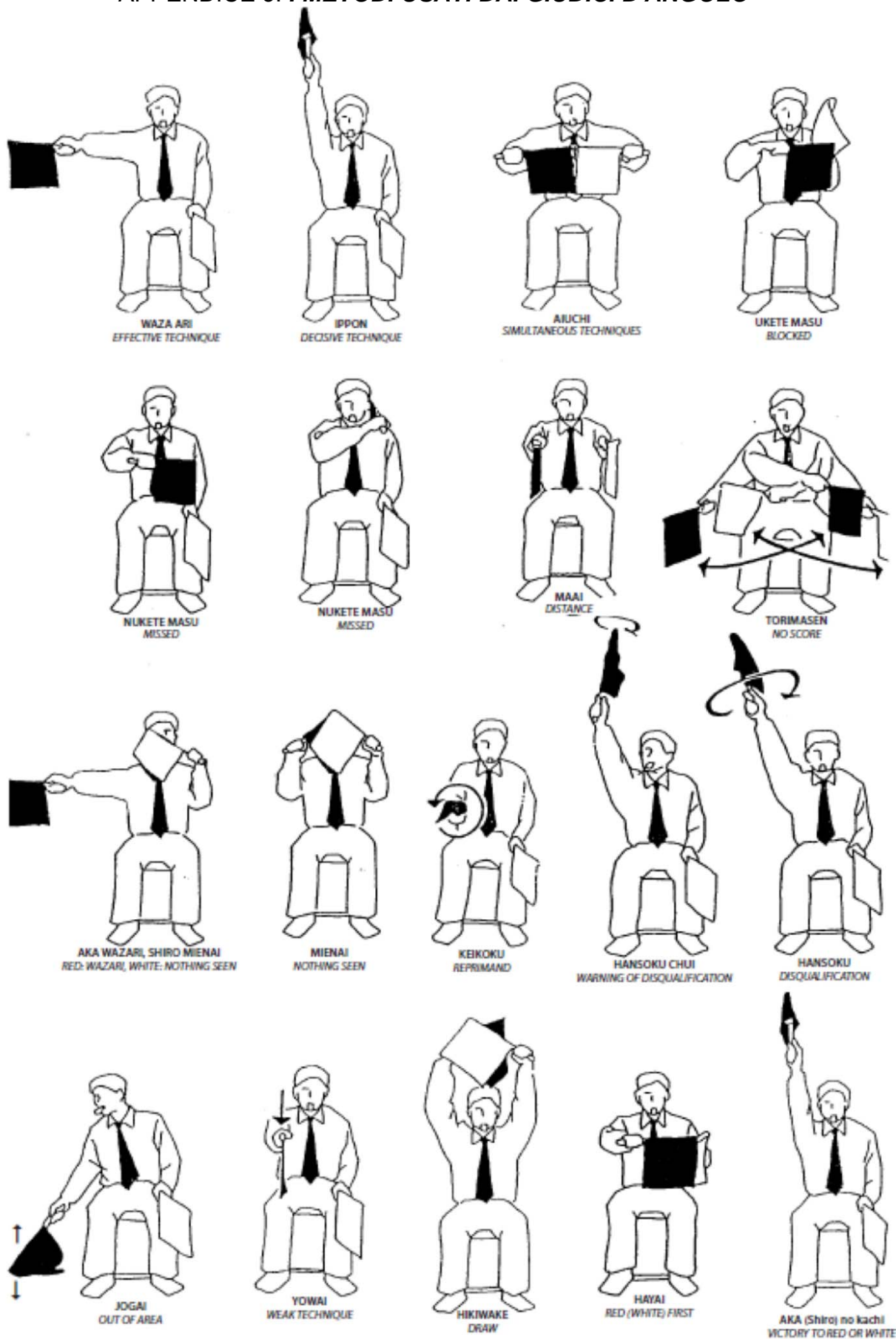
<b>Shobu Ippon Hajime</b>	Inizio del Kumite
<b>Yame</b>	Stop
<b>Tsuzukete Hajime</b>	Continua (dopo 'Yame')
<b>Tsuzukete</b>	Continuare
<b>Atoshi Baraku</b>	30 secondi prima che il Kumite finisca
<b>Soremade</b>	Fine del Kumite
<b>Motonoichi</b>	Tornare alle posizioni di partenza
<b>Jogai, Nakae</b>	Sei fuori, entra nell'area di gara
<b>Ippon</b>	Una tecnica decisiva 1 punto (Ippon)
<b>Waza-ari</b>	Una tecnica efficace mezzo punto (Wazari)
<b>Awasete Ippon</b>	Insieme Ippon (2 wazari = 1 ippon)
<b>Aiuchi</b>	Tecniche contemporanee dei due concorrenti
<b>Fukushin Shugo</b>	Chiamare a raccolta i Giudici
<b>Hantei</b>	Decisione arbitrare
<b>Aka (Shiro) No Kachi</b>	Vittoria del rosso (bianco)
<b>Hikiwake</b>	Pareggio
<b>Hansoku Chui</b>	Avviso di squalifica
<b>Hansoku</b>	Squalifica
<b>Hansoku Make</b>	Squalifica a causa di un fallo
<b>Aka (Shiro) No Kachi</b>	La vittoria del rosso (bianco)
<b>Aka (Shiro) No Kiken</b>	Vittoria per il rosso (bianco) a causa rinuncia (rosso)
<b>Uke Te Imasu</b>	Tecnica bloccato
<b>Nukete Imasu</b>	Tecnica persa / passata
<b>Haiyai</b>	Più rapido / Veloce
<b>Howai</b>	Debole
<b>Ma-ai</b>	Distanza
<b>Fujubun</b>	Potenza della tecnica non sufficiente
<b>Torimasen</b>	Tecnica non accettabile per il punteggio
<b>Atenai</b>	Controllare, non si può colpire
<b>Mubobi</b>	Richiamo, mancanza di controllo in un attacco
<b>Shikaku</b>	Squalifica dal Kumite
<b>Mienai</b>	Non visto
<b>Keikoku</b>	Avvertimento Ufficiale



## APPENDICE 2: I METODI USATI DALL'ARBITRO



APPENDICE 3: I METODI USATI DAI GIUDICI D'ANGOLO



**APPENDICE 4: LA TABELLA PER I  
GIUDIZI**

**Giudizi da Quattro Giudici d'Angolo**

[I simboli S, A e D rappresentano  
rispettivamente : Bianco (**S**hro), Rosso  
(**A**ka) e Pareggio (**D**raw).]

	<b>Opinione dei Giudici d'Angolo</b>				<b>Decisioni</b>
1	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>S</b>	Vittoria del Bianco (Shiro)
2	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>A</b>	Vittoria del Bianco (Shiro)
3	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>D</b>	Vittoria del Bianco (Shiro)
4	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	Vittoria del Bianco (Shiro) o un Pareggio; dipende dal giudizio dell'Arbitro
5	<b>S</b>	<b>S</b>	<b>A</b>	<b>D</b>	Vittoria del Bianco (Shiro) o un Pareggio; dipende dal giudizio dell'Arbitro
6	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	Vittoria del Rosso (Aka)
7	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	Vittoria del Rosso (Aka)
8	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>D</b>	Vittoria del Rosso (Aka)
9	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	Vittoria del Rosso (Aka) o un Pareggio; dipende dal giudizio dell'Arbitro
10	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	<b>D</b>	Vittoria del Rosso (Aka) o un Pareggio; dipende dal giudizio dell'Arbitro
11	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	Pareggio
12	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>A</b>	Pareggio
13	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>S</b>	Pareggio
14	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	Pareggio
15	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	<b>S</b>	Pareggio, Vittoria d del Bianco (Shiro) o Vittoria del Rosso (Aka); dipende dal giudizio dell'Arbitro
Quando i Giudici sono costretti ad indicare il vincitore, un voto dell'Arbitro ed un voto del giudice d'Angolo sono considerati ugualmente voti della stesso valore.					

**APPENDICE 5: IL PERSONALE DEL TORNEO**

Al fine di svolgere determinati compiti e ai fini di facilitare le operazioni di gara, il numero del personale deve essere determinato dall'organizzazione ospitante la gara e sarà collocato in una ubicazione adatta.

**2. Custode dei Registri.**

- Il custode dei registri è responsabile di assicurare che i fatti essenziali della gara siano accuratamente trascritti.

I dati necessari sono:

- il nome del partecipante (i)
- il nome del Kata eseguito
- il nome del vincitore della gara
- le sanzioni premi e le decisioni emesse dal Giudice Sportivo

- i punteggi assegnati dai Giudici nel sistema Kata a Punti
  - tutte le osservazioni essenziali concernenti la gara.
- 3. Cronometrista.**
- Il cronometrista è responsabile di assicurare che la gara abbia il suo corso completo (normalmente due minuti).
  - Il cronometrista deve fermare l'orologio quando la gara viene interrotta e riavvia il conteggio quando si riprende (Tempo effettivo).
  - Il cronometrista deve dare segnali di un gong o cicalino (segnale acustico) che indica "30 secondi al termine" o "tempo scaduto".
- 4. Annunciatore.**
- L'annunciatore è responsabile di assicurare che i concorrenti o partecipanti siano chiamati alla zona di gara in tempo debito e che i risultati e le decisioni della giuria siano chiaramente annunciati a tutti gli interessati.
  - Il punteggio totale deve essere dato immediatamente dopo che il Kata è stato eseguito.
- 5. Tavolo Presidenti di Giuria.**
- Al fine di svolgere la gara senza problemi i Presidenti di Giuria avranno i seguenti compiti:
- preoccupandosi del buon funzionamento della gara;
  - comunicazione con i partecipanti;
  - la comunicazione con i Giudici;
  - preparazione del piano gara;
  - altri compiti saranno determinati dall'Organizzatore della gara.
- 6. Equipaggio Primo Soccorso.**
- L'equipaggio di primo soccorso deve essere pronto ad agire in caso di infortunio o di malattia insieme ad un medico.
- Essi devono:
- assistere il Medico di Gara;
  - disporre di attrezzature di primo soccorso a portata di mano;
  - preparare un posto per curare i feriti;
  - altri compiti saranno determinati dall'Organizzatore della gara o dal Medico di Gara.

## APPENDICE 6: **ATTREZZATURE DI GARA**

I tipi, la quantità e gli usi delle apparecchiature preparate dall'Organizzatore della gara sarà il seguente:

7. Bandiere (rosse e bianche, 5 per ogni area di gara).  
Ai Giudici Arbitro e d'Angolo di ogni area di gara dovranno essere date un paio di bandiere da usare per segnalare il vincitore o per fare segnali.
8. Tabelle Punteggi (5 o 7 set per area di gara).  
Ogni set avrà le cifre da 5 a 9 ed i decimali 1 a 9 da un bordo, formando 14 tabelle per ogni set.  
I Giudici Arbitro e d'Angolo sarà dato un set e li userà per presentare i punteggi.
9. Apparecchiature di registrazione.  
Apparecchio di controllo sarà costituito da forme di registrazione, fogli di calcolo, penna, ecc per essere utilizzato dal Segretario (i).
10. Tabella dei kata.  
I nomi dei Kata saranno segnati sulla tabella.  
L'Arbitro utilizzerà questa tabella dei Kata per la scelta del Kata da eseguire

da parte dei partecipanti nel sistema di assegnazione dei Kata.

11. Nastri rossi ( o cintura rossa)

Questi saranno indossati dai partecipanti in modo che i Giudici possono facilmente distinguerli.

La dimensione del nastro ( o cintura) sarà tale che non ostruisca i partecipanti nelle loro prestazioni, ma abbastanza grande per essere visto chiaramente dai Giudici.

12. Orologio e Segna Tempo.

Un orologio con funzioni di 'cronometro' e un segnale sonoro sarà dato al Controllo Tempi per misurare il tempo assegnato per la Gara di Kumite.

13. Altre questioni.

Il materiale necessario per mantenere la superficie della zona di incontro pulito e disinfettato.

APPENDICE 8: **ELENCO DEI KATA PER LE GARE FIK**  
KARATE TRADIZIONALE SHOTOKAN

<b>Gruppo 1</b>	Heian 1Heian 2 - Heian 3 - Heian 4 - Heian 5 - Tekki Shodan
<b>Gruppo 2</b>	Bassai Dai - Kanku Dai - Jion – Enpi
<b>Gruppo 3</b>	Hangetsu - Bassai Sho - Kanku Sho – Tekki Nidan – Tekki Sandan - Jitte - Jiin - Gankaku - Chinte - Unsu - Sochin -Nijûshiho - Meikyo - Gojushiho Dai - Gojushiho Sho - Wankan

*Nota Bene: a seconda del tipo di Gara la presente tabella potrà subire delle variazioni (introduzione dei Kata Taikyoku in base ai gradi dei partecipanti, questo sarà a discrezione dell'Organizzazione che ne dovrà dare tempestiva comunicazione)*

APPENDICE 9: **CODICE DIVISA UFFICIALE**

**14. GIUDICI**

- I Giudici devono indossare la divisa ufficiale designata, questa deve essere sempre usata in tornei e corsi di esami.
- La divisa ufficiale sarà il seguente:
  - una giacca ad un petto colore blu marino a due bottoni argentati,
  - una camicia bianca a maniche lunghe,(in deroga camicia a maniche corte)
  - una cravatta federale
  - pantalone semplice grigio
  - calze blu scuro o nero, e scarpe nere per l'uso al di fuori dell'area partita.
- E' consentito stare senza scarpe o calzini mentre si arbitra o giudica una gara
- Oppure si dovrà adottare delle calzature uniformi per tutti tipo:
- Scarpe da ginnastica bianche o scarpe per arbitraggio scure. La Commissione darà indicazione al riguardo

**15. CONCORRENTI**

**Karate-Gi**

- I concorrenti devono indossare un Karate-Gi pulito, bianco , pubblicità, non sono permesse.
- La giacca, quando stretta in vita con la cintura, deve essere di una lunghezza complessiva che copra le anche.
- Le maniche della giacca devono venire in giù almeno mezzo avambraccio e non devono essere arrotolate in su esternamente.

- Le maniche non possono coprire il polso.
- I pantaloni devono essere abbastanza lunghi per coprire almeno due-terzi della tibia.
- La cintura deve essere di una lunghezza complessiva che lascia ca. 15 centimetri di lunghezza in più su entrambe le estremità dopo che è stata correttamente legata intorno alla vita. Dovrebbe anche essere intorno ai 5 centimetri di larghezza.
- Uno distintivo nazionale può essere indossato. La dimensione massima dello stemma è di 10x10 cm. La posizione del distintivo sul Karate-Gi è il lato sinistro.

#### **Altre questioni**

- Ogni concorrente deve mantenere i suoi capelli puliti e tagliati a lunghezza tale da non ostacolare il regolare svolgimento della gara.
- Hachimaki (benda testa) non saranno ammesse.
- Se l'Arbitro dovesse considerare che i capelli di ogni concorrente sono troppo lunghi e/o sporchi, può, con l'approvazione del Giudice Capo, ammonire il concorrente.
- Fermacapelli sono proibiti, così come le mollette per i capelli in metallo.
- I concorrenti devono avere le unghie corte e non indossare oggetti metallici o altro.
- Lenti a contatto morbide possono essere indossate a rischio e pericolo del concorrente.
- L'uso non autorizzato di abbigliamento o attrezzature è vietato.
- Nel caso delle donne, una semplice maglietta bianca può essere indossata sotto la giacca di karate. Le donne possono essere autorizzate ad indossare ulteriori attrezzature di protezione approvate dal Comitato Tecnico.
- Ogni concorrente deve indossare un numero identificativo sul petto o sulla schiena.
- In corrispondenza di Kumite e Kata con Sistema a Bandiera, uno dei concorrenti deve, per scopo di identificazione, fissare una cintura rossa intorno alla vita.

#### **16. ALLENATORI**

L'allenatore dovrà in ogni momento durante la gara indossare tuta sociale con un distintivo che lo identifica.

## APPENDICE 10: **PARTECIPAZIONE AD UNA GARA**

### 17. **QUESTIONI DI CARATTERE GENERALE.**

- Dopo l'inizio del sorteggio ufficiale, nessun concorrente potrà essere sostituito da un'altro in un titolo singola gara (se non con l'autorizzazione del comitato organizzatore).
- Concorrenti singoli o squadre che non arrivano al luogo di gara prima dell'inizio della gara, potranno essere esclusi dalla partecipazione a tale gara.
- In caso di concorrenti singoli o gruppi che hanno presentato domanda di partecipazione, non riescono a partecipare ad una gara senza una buona ragione, o senza avvisare in anticipo l'autorità Organizzatrice della Gara uscirà dalla gara e perderà, la sanzione da applicare sarà decisa dal Comitato Tecnico.
- Se, per un errore nella gestione da parte del personale di gara, i concorrenti sbagliano a competere, poi, indipendentemente dal risultato, la gara sarà dichiarata nulla.

### 18. **GARA DI KUMITE A SQUADRE.**

- In una gara a squadre, tranne che per la prima gara, una squadra partecipante sarà ammessa a partecipare solo quando comprende più della metà del numero previsto di iscritti.
- Prima di ogni gara a squadre, un rappresentante della squadra deve consegnare al tavolo, un documento ufficiale per definire i nomi e l'ordine di competizione dei membri della squadra.
- L'ordine di competizione possono essere modificati per ogni round ma una volta notificato, non può essere cambiato.

### 19. **RITIRO**

- Un concorrente che non è in grado di continuare a competere o partecipare per motivi diversi delle lesioni o che chiede il permesso di abbandonare la partita per queste ragioni deve essere dichiarato perdente.

## APPENDICE 11: **NORME MEDICHE GENERALI**

### 20. **QUESTIONI DI CARATTERE GENERALE.**

- Una parte fondamentale delle regole è la preoccupazione di proteggere la salute del concorrente (i) e per ridurre le possibilità di incidenti.
- L'assistenza medica è puramente per il trattamento delle lesioni subite.
- Il Medico di Gara può, se richiesto, dare consigli sulla capacità del concorrente continuare.
- Si raccomanda che tutti i concorrenti effettuino una volta all'anno un approfondito esame medico da un medico esperto in medicina dello sport.(obbligatorio)
- Su richiesta del Medico di Gara e sulla base di un ragionevole dubbio, ogni concorrente deve sottoporsi ad una visita medica.
- Prima della gara, malattie o lesioni esistenti devono essere notificati al Medico di Gara.
- L'uso di sostanze per migliorare le prestazioni è vietata.

### 21. **REGOLE MEDICHE PER LA GARA DI KUMITE.**

- Se, durante una gara, un concorrente diventa incosciente, anche per un breve momento, deve essere esaminato dal Medico di Gara.
- Se, durante una gara, un concorrente diventa incosciente per 10 secondi o più, sarà escluso dal ulteriori competizioni durante tutto il torneo.